

## INFANTIL 3 años

### **Hábitos de responsabilidad:**

- ★ Obedezco a papá y a mamá.
- ★ Obedezco a mi señorita.
- ★ Obedezco a las personas mayores.

### **Hábitos de alimentación:**

- ★ Toda la comida me gusta.
- ★ Ya no como solo purés.
- ★ Mamá me ayuda menos a comer.
- ★ Empiezo a utilizar el tenedor y cuchara.
- ★ Bebo agua en el vaso sin mojarme.

### **Hábitos de sueño:**

- Antes de dormir:
- ♦ Voy al baño.
  - ♦ Me lavo los dientes.
  - ♦ Bebo un poco de agua.
  - ♦ Con papá y/o mamá leo un cuento con dibujos.
  - ♦ Duermo en mi cama.

### **Hábitos de vestirse/desvestirse:**

- ★ Me visto solo, a veces necesito ayuda.
- ★ Me desvisto solo.

### **Hábitos de orden:**

- ♦ No rompo mis juguetes.
- ♦ Ayudo a guardar los juguetes.
- ♦ Ayudo a poner y recoger la mesa.
- ♦ Ordeno mis juguetes.
- ♦ Preparo mi mochila para ir al colegio.

### **Hábitos de control de esfínteres:**

- ★ No llevo pañales.
- ★ Voy solo al baño para hacer pis y caca.
- ★ Me limpio con ayuda de papá y mamá cuando hago caca.
- ★ Me gusta tirar de la cadena.
- ★ Me lavo las manos.

### **Hábitos de higiene:**

- ♦ Me lavo las manos antes de comer.
- ♦ Empiezo a bañarme solo (papá y mamá me ayudan).

## INFANTIL 4 años

### **Hábitos de responsabilidad:**

- ★ Obedezco a papá y a mamá.
- ★ Obedezco a mi señorita
- ★ Obedezco a las personas mayores.

### **Hábitos de alimentación:**

- ★ Como todo lo que me pone mi mamá.
- ★ Me sirvo el agua solo.
- ★ Utilizo el tenedor y cuchara.
- ★ Utilizo la servilleta para limpiarme.
- ★ No me levanto de la mesa hasta que termino.

### **Hábitos de sueño:**

- Cuando mamá o papá me lo dice (9 o 9,30), voy a la cama sin protestar.
- Antes de dormir:
- ♦ Voy al baño.
  - ♦ Me lavo los dientes.
  - ♦ Bebo un poco de agua.
  - ♦ Duermo en mi cama.
  - ♦ Con papá y/o mamá leo un cuento con dibujos.

### **Hábitos de vestirse/desvestirse:**

- ★ Ya puedo vestirme y desvestirme solo.
- ★ Ordeno mi ropa.

### **Hábitos de orden:**

- ♦ Ordeno mi habitación.
- ♦ Ayudo a poner y recoger la mesa.

### **Hábitos de control de esfínteres:**

- ★ Antes de dormir y cuando me levanto voy al baño.
- ★ Tiro de la cadena y me lavo las manos.
- ★ Puedo aguantar el pis y caca un ratito largo en el colegio

### **Hábitos de higiene:**

- ♦ Me lavo las manos antes de comer.
- ♦ Me lavo los dientes.
- ♦ Puedo bañarme solo.

## INFANTIL 5 años

### **Hábitos de responsabilidad:**

- ★ Obedezco a papá y a mamá
- ★ Obedezco a mi señorita
- ★ Obedezco a las personas mayores

### **Hábitos de alimentación:**

- ★ Como de todo
- ★ Como solo sin ayuda.
- ★ Utilizo la servilleta.
- ★ Utilizo cuchillo, tenedor y cuchara.
- ★ No me levanto de la mesa hasta que termino.

### **Hábitos de sueño:**

Antes de dormir:

- ♦ Voy al baño.
- ♦ Me lavo los dientes
- ♦ Me voy solo a la cama
- ♦ Leo un cuento

### **Hábitos de vestirse/desvestirse:**

- ★ Ya no necesito ayuda para vestirme, ni para desvestirme.

### **Hábitos de orden:**

- ♦ Coloco mis juguetes sin ayuda.
- ♦ Ordeno mi habitación.
- ♦ Hago mi cama.
- ♦ Vacío la papelera.
- ♦ Ordeno mis cuentos y mis libros.
- ♦ Preparo mi mochila para ir al colegio.

### **Hábitos de control de esfínteres:**

- ★ Voy solo al baño para hacer pis y caca.
- ★ Me limpio solo cuando hago caca.
- ★ Me gusta tirar de la cadena.
- ★ Me lavo las manos.
- ★ Me levanto por la noche para hacer pipi.

### **Hábitos de higiene:**

- ♦ Me lavo las manos siempre antes de comer.
- ♦ Ya me baño solo.



*Equipo de Orientación y Apoyo*

*C.Ee.I.P. "Eduardo Palomo"*

*C/ Velsinia s/nº*

*Tlf: 925 14 33 77*

*[www.edu.jccm.es/cp/eduardopalomo/index.php](http://www.edu.jccm.es/cp/eduardopalomo/index.php)*

# Autonomía en Ed. Infantil.



**EDUCAMOS JUNTOS**

EDUCACIÓN INFANTIL